

**PENGARUH KOMPRES HANGAT JAHE EMPRIT TERHADAP
PENURUNAN NYERI SENDI LUTUT ARTHRITIS REMATHOID
PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA
(PSTW) BONDOWOSO**

Muhammad Ali*, Gumiarti, Mahmud Adi Yuwanto*****

*, *** Program Studi SI Ilmu Keperawatan STIKES dr.Soebandi Jember

** Poltekkes Kemenkes Malang

ABSTRACT

Arthritis Rheumatoid is one of an autoimmune disease in which the joints are usually the hands and feet joints going inflammation resulting in swelling, Pain and often finally causing damage to the inside of the joint. Pain management in the elderly aims to reduce pain or eliminating the pain of the knee atritisremathoid joints in the elderly. The purpose of this research is to determine the effect of warm compresses of ginger emprit on decreasing scale of knee joint pain in rheumatoid arthritis in elderly. This type of this research is pre experiment with one group design pre-post test design. The population of this research is elderly who live in Bondowoso old age social services and have certain characteristics. The sample amounted to 20 elderly people with total sampling technique. The result of the research before the giving of warm compress ginger emprit showed that the elderly suffer on medium pain scale that is 70,0%. Pain scale after done giving warm compress ginger emprit, knee joint pain in elderly decreased with mild pain scale that is 75,0%.Based on Wilcoxon statistic test obtained calculation p-value 0,00 (<0,05). So it shows there is a significant influence between the influence of warm compresses of ginger emprit on the decrease the scaleof knee rheumatoid arthritis joints pain in elderly. It is advised to the elderly that warm compresses of ginger emprit can be used as an independent intervention to decreasethe scale of knee rheumatoid arthritis joint pain.

Keywords: Warm Compress Ginger Emprit, Knee Pain Scale, Arthritis Rheumatoid, Elderly

PENDAHULUAN

Lansia merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress lingkungan. Lansia menurut Hawari 2001, adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stress fisiologis. Kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kepekaan secara individual (Muhid, 2016). Gangguan pada persendian merupakan penyakit yang sering dijumpai pada lansia, dan termasuk empat penyakit yang sangat erat hubungannya dengan proses menua.

Salah satu gangguan tersebut adalah artritis rheumatoid (yuniarti, 2015).

Manajemen nyeri pada artritis rhematoid bertujuan untuk mengurangi atau menghilangkan rasa sakit dan tidak nyaman. Secara umum manajemen nyeri arthritis rheumatoid ada dua yaitu manajemen farmakologi dan manejemen non farmakologi. Manajemen non farmakologi dapat menurunkan nyeri dengan resiko yang rendah bagi pasien dan tidak membutuhkan biaya. Salah satu intervensi non farmakologi yang dapat dilakukan perawat secara mandiri dalam menurunkan skala nyeri artritis rhematoid yaitu dengan melakukan kompres hangat jahe pada pasien untuk

menurunkan skala nyeri artritis rheumatoid (Damaiyanti. 2012).

Jumlah penderita artritis rheumatoid di dunia saat ini telah mencapai angka 305 juta jiwa, artinya 1 dari 6 penduduk bumi menderita penyakit artritis rheumatoid (WHO 2012). Di Indonesia prevalensi nyeri arthritis rheumatoid 23,3%- 31,6% dari jumlah penduduk Indonesia. Pada tahun 2007 lalu, jumlah pasien ini mencapai 2 juta orang dan pada tahun 2012 meningkat menjadi 3,5 juta orang, dengan perbandingan pasien wanita tiga kali lebih banyak dari pria. Diperkirakan angka ini terus meningkat hingga tahun 2025 dengan indikasi lebih dari 25% akan mengalami kelumpuhan (Zen, 2012). Berdasarkan pusat data BPS prop Jatim pada tahun 2007 sebanyak 4.209.817 lansia 28% menderita rematik (dinkes jatim, 2009)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dipanti sosial tresna werdha (pstw) kabupaten Bondowoso, dari 86 lansia didapatkan data bahwa sebanyak 20 lansia mengalami nyeri sendi lutut. diantaranya 5 orang dengan kriteria nyeri berat, 6 orang dengan kriteria nyeri sedang dan 9 orang lansia dengan kriteria nyeri ringan.

Dampak bila nyeri pada artritis rheumatoid tidak ditangani maka dapat mengancam jiwa penderitanya atau hanya menimbulkan gangguan kenyamanan dan masalah yang disebabkan oleh penyakit rematik. tidak hanya berupa keterbatasan yang tampak jelas pada mobilitas tetapi dapat terjadi hal yang paling ditakuti yaitu menimbulkan kecacatan seperti kelumpuhan dan gangguan aktivitas hidup sehari-hari. Efek sistemik yang tidak jelas dapat menimbulkan kegagalan

HASIL

Hasil pengumpulan data pada penelitian ini sebagai berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Di PSTW Bondowoso

Usia	Jumlah	Persentase
60-74	15	75,0
75-90	3	15,0
>90	2	10,0
Total	20	100.0

organ dan kematian atau mengakibatkan masalah seperti rasa nyeri, keadaan mudah lelah, perubahan citra diri serta tinggi terjadinya cedera (yuniarti, 2015).

Kompres hangat jahe memiliki kandungan enzim siklo-oksigenase yang dapat mengurangi peradangan pada penderita arthritis rheumatoid, selain itu jahe juga memiliki efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas, dimana dapat meredakan rasa nyeri, kaku, dan spasme otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah, manfaat yang maksimal akan dicapai dalam waktu 20 menit sesudah aplikasi panas (Damaiyanti 2012).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Berdasarkan hal tersebut terdapat empat kata kunci yang perlu diperhatikan yaitu cara ilmiah, data, tujuan, dan kegunaan (Sugiono, 2016). Penelitian ini menggunakan desain penelitian rancangan *Pre – Eksperiment* dengan menggunakan rancangan *One Group Pra – Post Tes*. Design Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasikan lagi setelah intervensi untuk mengetahui akibat dari perlakuan (Nursalam, 2015). Pada penelitian ini, sebelum dilakukan kompres hangat jahe emprit (*pre-test*), skala nyeri lansia diukur. Kemudian dilakukan kompres hangat jahe emprit oleh peneliti selama 20 menit. Setelah itu diukur kembali (*post-test*) skala nyeri klien tersebut. Kemudian dibandingkan antara nyeri *pre-test* dengan *post-test*.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di PSTW Bondowoso

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki-Laki	6	30,0
Perempuan	14	70,0
Total	20	100,0

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Setelah Diberikan Kompres Hangat Jahe Emprit Pada Lansia Di PSTW Bondowoso

Skala Nyeri	Jumlah	Presentase
Nyeri Ringan	15	75,0
Nyeri Sedang	5	25,0
Jumlah	20	100,0

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Setelah Diberikan Kompres Hangat Jahe Emprit Pada Lansia Di PSTW Bondowoso

Skala Nyeri	Jumlah	Presentase
Nyeri Ringan	15	75,0
Nyeri Sedang	5	25,0
Jumlah	20	100,0

Tabel 5. Perbandingan Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Kompres Hangat Jahe Emprit Di PSTW Bondowoso

Skala Nyeri	Sebelum	Sesudah	P Value
Nyeri Ringan	5,0	75,0	0,000
Nyeri Sedang	70,0	25,0	
Nyeri berat	25,0		
Total Responden	20	20	

PEMBAHASAN

Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Kompres Hangat Jahe Emprit

Hasil penelitian yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Bondowoso terhadap 20 responden sebelum dilakukan kompres hangat jahe emprit menunjukkan bahwa sebagian besar para lansia mengalami nyeri sendi lutut dengan kategori skala nyeri sedang 70.0% (14 orang), diperoleh data berdasarkan tabel 5.3 nyeri berat sebanyak 5 orang lansia (25,0%), dan sebagian kecil 5,0% (1 orang) mengalami skala nyeri ringan.

Arthritis rheumatoid (Gordon, 2002) merupakan suatu penyakit autoimun dimana persendian (biasanya sendi tangan dan kaki) mengalami peradangan sehingga terjadi pembengkakan, nyeri dan seringkali akhirnya menyebabkan

kerusakan bagian dalam sendi (Nasrullah, 2016).

Dari fakta yang ada dilihat dari skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat jahe emprit terhadap 20 responden yang mengalami nyeri sendi rheumatoid diperoleh data bahwa sebagian besar responden mengalami nyeri sendi lutut dengan kategori skala nyeri sedang 70.0% (14 orang), Hal ini terjadi karena responden jarang atau bahkan belum pernah melakukan terapi pengobatan nyeri sendi rheumatoid dengan menggunakan kompres hangat jahe emprit, mereka hanya mengandalkan obat-obatan medis, sehingga ada kalanya responden tidak mengkonsumsi obat-obatan medis tersebut karena merasa bosan dan malas untuk terus mengkonsumsi obat tersebut.

Pada lansia penurunan system muskuloskelektal adalah masalah yang

serius. Komponen-komponen kapsul sendi pecah dan kolagen yang terdapat pada

jaringan penyambung meningkat secara progresif yang jika tidak dipakai lagi maka akan terjadi Inflamasi, nyeri, penurunan mobilitas sendi dan deformitas yang akan sering dirasakan. Akibat penuaan dan menyebabkan kerusakan pada sendi-sendi yang memainkan peran penting. Banyak faktor yang bisa menyebabkan nyeri. Semakin banyak faktor yang menjadi penyebab nyeri, maka akan meningkatkan timbulnya sensasi nyeri.

Dari hasil pengukuran skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat jahe emprit yang dilakukan pada lansia di PSTW Bondowoso dapat ditarik kesimpulan bahwa lansia yang berada dilingkungan panti sosial tresna werdha sebgaaian besar mengalami nyeri sendi lutut dengan kategori nyeri sedang, hal ini disebabkan para lansia jarang atau bahkan belum pernah mendapatkan terapi pengobatan nyeri sendi artritis reumatoid dengan menggunakan non farmakologi yaitu salah satunya dengan kompres hangat jahe emprit, mereka hanya mengandalkan obat-obatan medis saja.

Skala Nyeri Setelah Dilakukan Kompres Hangat Jahe Emprit

Dari hasil tabel 5.4 dapat dilihat bahwa Penurunan skala nyeri setelah dilakukan pemberian kompres hangat jahe emprit dari 20 orang responden dari skala nyeri berat menjadi nyeri sedang 25% (5 orang), dan skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan 75% (15 orang).

Kompres hangat jahe memiliki kandungan gingerol yang mengandung siklooksigenase yang bisa membantu menghambat terbentuknya prostaglandin sebagai mediator nyeri, sehingga terjadi penurunan nyeri sendi (Damaiyanti 2012).

Setelah pemberian kompres hangat jahe emprit sebagian besar dari lansia yang

menderita nyeri sendi lutut menunjukkan adanya perubahan tingkat nyeri dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan 75% (15 orang). Perubahan tersebut terjadi karena kompres hangat jahe memberikan efek fisiologis dengan cara menurunkan nyeri sendi pada tahap transduksi. kandungan dari jahe yaitu Zingerol, gingerol dan shagaol bermanfaat untuk mengurangi nyeri sendi. Kandungan air dan minyak yang menguap pada jahe berfungsi sebagai enhancer yang dapat meningkatkan permeabilitas oleoresin menembus kulit tanpa menyebabkan iritasi. Rangsangan panas yang dihasilkan kompres hangat jahe akan meningkatkan suhu lokal pada kulit yang akan mengakibatkan kulit menjadi pucat karena timbul vasokonstriksi akan segera diikuti vasodilatasi. Apabila terjadi dilatasi pembuluh darah, maka hal ini akan diteruskan ke pembuluh darah di jaringan yang lebih dalam sehingga sirkulasi darah membaik. Secara fisiologis, kompres jahe menurunkan nyeri sendi pada tahap transduksi, dimana pada tahapan ini jahe memiliki kandungan gingerol yang mengandung siklooksigenase yang bisa menghambat terbentuknya prostaglandin sebagai mediator nyeri, sehingga terjadi penurunan nyeri sendi.

Prosedur kerja dari kompres hangat jahe emprit adalah dengan cara Cuci jahe dengan air hangat sampai bersih kemudian di parut dan ditempelkan pada daerah sendi lutut yang terasa nyeri hingga merata setelah itu tunggu selama 20 menit. Setelah diberikan kompres hangat jahe emprit intensitas nyeri sendi lutut pada semua lansia menjadi menurun karena efek kompres hangat dapat merelaksasikan otot, menghambat terjadinya inflamasi, memberi perasaan nyaman, merangsang pengeluaran endhorphins dan menghambat transmisi impuls nyeri ke otak. Nilai penurunan intensitas nyeri setelah kompres hangat bervariasi karena setiap individu reaksi terhadap nyeri berbeda.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada lansia yang mengalami nyeri sendi lutut setelah diberikan kompres hangat jahe emprit sekla nyeri sendi lutut pada lansia mengalami penurunan, dilihat dari perubahan yang terjadi pada lansia, terapi kompres hangat jahe dapat menunjukkan hasil perubahan yang cukup efektif.

Perbandingan Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Kompres Hangat Jahe Emprit

Setelah *uji wilcoxon signed rank test* pada kelompok lansia didapat nilai *p value* $0,000 < \alpha 0,05$ oleh karena itu pada kelompok lansia HA diterima yang menunjukkan ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe emprit terhadap nyeri sendi lutut atiritis remathoid.

Kompres hangat jahe emprit merupakan pengobatan tradisional atau terapi alternatif untuk mengurangi nyeri sendi lutut artritis rheumatoid. Kompres hangat jahe emprit memiliki kandungan enzim siklo-oksigenasi yang dapat mengurangi peradangan pada penderita artritis rheumatoid, manfaat yang maksimal akan dicapai dalam waktu 20 menit sesudah aplikasi panas (Damaiyanti 2012).

Hal ini di dukung oleh Penelitian Susanti, (2014) tentang pengaruh kompres jahe terhadap intensitas nyeri penderita arthritis reumathoid. Sebagian besar setelah dilakukan kompres jahe mengalami penurunan dengan nilai *p value* $0,000 < \alpha (0,05)$ yang berarti ada pengaruh yang signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri artritis rheumathoid pada lansia.

Efek panas pada jahe emprit inilah yang dapat meredakan nyeri, kaku dan spasme otot pada artritis rheumatoid. Sehingga dapat digunakan untuk mengobati penyakit. Jahe emprit juga banyak mempunyai kandungan sehingga dapat untuk menyembuhkan tubuh, selain itu jahe emprit banyak mempunyai khasiat seperti

antihelmintik, antirematik, dan peluruh masuk angin. Jahe emprit mempunyai efek untuk menurunkan sensasi nyeri dan juga dapat meningkatkan proses penyembuhan jaringan yang mengalami kerusakan dan meningkatkan respon inflamasi.

Perubahan nyeri sendi lutut yang terjadi pada lansia menunjukkan bahwa penurunan nyeri pada masing-masing lansia sangat bervariasi, hal itu sangat erat terkait dengan factor-faktor yang mempengaruhi nyeri yang dibawa oleh lansia baik dari diri lansia itu sendiri maupun dari lingkungan luar. Namun dilihat dari perubahan yang terjadi terapi kompres hangat jahe emprit dapat menunjukkan hasil perubahan yang cukup efektif.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pemberian kompres hangat jahe emprit dapat membantu menurunkan nyeri sendi yang menyerang pada lansia. Kompres hangat jahe emprit merupakan salah satu pengobatan tradisional atau terapi alternatif untuk mengurangi nyeri sendi lutut artritis rheumatoid, sehingga dapat digunakan sebagai salah satu alternatif pengobatan non farmakologis untuk menurunkan nyeri sendi lutut atiritis remathoid.

SIMPULAN

1. Hasil pengukuran skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat jahe emprit yang dilakukan pada lansia di PSTW Bondowoso sebaaian besar mengalami nyeri sendi lutut dengan kategori skala nyeri sedang (70,0%)
2. Hasil pengukuran pada lansia yang mengalami nyeri sendi lutut setelah diberikan kompres hangat jahe emprit skala nyeri sendi lutut pada lansia sebagian besar mengalami penurunan yaitu dengan kategori nyeri ringan (75,0%)

3. Ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe emprit terhadap penurunan skala nyeri sendi lutut atiritis remathoid dengan nilai p value 0,000 $< \alpha$ 0,05.

SARAN

Disarankan agar melakukan penelitian yang lebih mendalam terkait dengan pemberian kompres hangat jahe emprit terhadap penurunan nyeri sendi lutut atiritis remathoid.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah. 2015. *Pengaruh Kompres Hangat Rebusan Jahe Terhadap Nyeri Pada Penderita Osteorhitis Lutut Di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta* di eprints. Ums.ac.id.
- Artikel Kesehatan, 2017 di <https://Www.Borobudurherbal.com> diakses tanggal 21 mei 2017
- Astawan Made. 2016. *Sehat dengan rempah dan bumbu dapur*. Jakarta : PT Kompas Media Nusantara
- Damaiyanti Siska, Dkk. 2012. *Pengaruh Kompres Jahe Hangat Terhadap PenurunanIntensitas Nyeri Artritis Rhematoid Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Kanagarian Cubadak Batu Sangkar 2012* di ejournal.stikesyarsi.ac.id diakses tanggal 21 mei 2017
- Mubarak Wahit Iqbal, Cahyati Nurul. 2014. *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia Teori & Aplikasi Dalam Praktik*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC
- Muhith Abdul, Siyoto Sandu. 2016. *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: CV Andi Offset
- Muhlisin Ahmad. 2017. *Menilai Skala Nyeri*. Di <http://mediskus.com>. Diakses tanggal 28 Mei 2017
- Nasrullah Dede. 2016. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Jilid*

- Idengan Pendekatan Asuhan Keperawatan Nanda Nic dan Noc*. Jakarta : CV Trans Info Media
- Notoatmodjo Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Edisi Revisi. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. 2015. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi 4. Jakarta : Salemba Medika
- Rahman. (2004), *Asli Jahenya Nyata Khasiatnya* Diperoleh Tanggal 12 Pebruari 2012, From.Http ;//Kompas,/Indohafi, Htm
- Sugiono. 2014. *Metode Peneliian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Swarjana I Ketut. 2016. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta : C.V Andi Offset
- Utami dkk, (2005), *Tanaman Obat Untuk Mengatasi Nyeri Rematik & Asam Urat*.
- YuniartiEnnyVirida, Kharisma Ani.2015. *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat (Jahe) Terhadap Skala Nyeri Sendi Pasien Artritis Rheumatoid* di ejournal.stikes-ppni.ac.id diakses bulan april 2015